
وزارة التعليم
Ministry of Education
أَنَا قَوِيٌّ.. أَنَا أَسْتَطِيعُ

اسْمِي (نَوفُ) وَعُمُرِي ثَلَاثُ سَنَوَاتٍ..
أنَا قَوِيَّةٌ وأَسْتَطِيعُ رَمْيَ الكُرَةِ وَالتِقَاطِهَ



وَأَقُودُ دَرَّاجَةً بِثَلاثِ عَجَلَاتٍ.



فِي مَلْعَبِ الرَّوضَةِ، أَتَسَلَّقُ السُّلَّمَ؛ لِأَتَزَحْلَقَ.



بَعْدَ اللعِبِ، أَغْسِلُ يَدَيَّ بِالمَاءِ وَالصَّابُونِ جَيِّدًا.





أُحِبُّ حَسَاءَ الخُضَارِ كَثِيرًا،
وأَسْتَطِيعُ شُرْبَهُ بِنَفْسِي.



أَنَا (سَيْفٌ) وعُمُرِي أَرْبَعُ سَنَواتٍ،
أَسْتَطِيعُ أَنْ أَقْفِزَ عَلى رِجْلٍ واحِدَةٍ.

أَرْتَدِي مَلَابِسِي بِنَفْسِي، أَحْيَانًا تُسَاعِدُنِي أُمِّي فِي إِغْلَاقِ الأَزْرَار.



وَقْتَ الغَدَاءِ أُسَاعِدُ أُمِّي؛ أَحْمِلُ المَلَاعِقَ
مِنَ المَطْبَخِ، وَأُرَتِّبُهَا عَلَى الطَّاوِلَةِ.



قَبْلَ النَّومِ، أُنَظِّفُ أَسْنَانِي، ثُمَّ أَرْتَدِي مَلَابِسَ النَّومِ.





اسْمِي مَازِنٌ، عُمُرِي خَمْسُ سَنَواتٍ، أَنَا قَوِيٌّ
وَأَسْتَطِيعُ أَنْ أَنُطَّ الحَبْلَ.

أَلْعَبُ كُرَةَ القَدَمِ مَعَ أَصْدِقَائِي؛ فَأُصَوِّبُ الكُرَةَ،
وَأَرْكُلُهَا؛ لِتَدْخُلَ المَرْمَى.



وأَلْعَبُ مَعَ أَصْدِقَائِي لُعْبَةَ التَّوازُنِ.



أَرَى أَخِي نَائِمًا؛ فَأَمْشِي عَلَى أَطْرَافِ أَصَابِعِي؛ حَتَّى لا أُزْعِجَهُ.



أَنَا أَسْتَطِيعُ رَسْمَ قَلْبٍ، وَأَكْتُبُ ، أُمِّي وَأَبِي.

أُحِبُّ أُمِّي وَأَبِي؛ لَأَنَّهُما يُسَاعِدَانِي عَلَى أَنْ أَكُونَ قَوِيًا.

